INSCRIPTIONS HIVER / PRINTEMPS 2014

ATELIERS

➢ **Inscriptions session hiver :**
du **13 au 23 janvier** 2014

Début des activités :
semaine du 27 janvier 2014

➢ **Inscriptions session printemps :**
du **3 au 13 mars** 2014

Début des activités :
semaine du 17 mars 2014

En ligne : www.icilecrep.qc.ca

DÉJEUNERS-CAUSERIES

➢ **Parent : mode d'emploi**
Inscription jusqu'au **20 février** 2014
Date de l'activité : 24 février

➢ **Déjeuner créatif**
Inscription jusqu'au **20 mars** 2014
Date de l'activité : 27 mars

➢ **À votre santé !**
Inscription jusqu'au **10 avril** 2014
Date de l'activité : 14 avril

➢ **Beautés naturelles du monde**
Inscription jusqu'au **8 mai** 2014
Date de l'activité : 15 mai

Par téléphone : 514 596-4567

Sur place : de 9 h à 11 h 30 et de 13 h à 15 h 30

➢ **Frais de service : 11 $ par atelier** *(paiement comptant ou par chèque au 1er atelier)*
Exception **Cuisines du monde : 61 $** *(incluant 11 $ de frais de service et la dégustation)*

➢ **Durée des ateliers : 5 semaines**
Exception **Apprivoisez l'univers des technologies : 8 semaines**

➢ **Frais de participation déjeuner-causerie : 5 $**

Dans le cas où le nombre d'inscriptions est insuffisant, le CREP peut annuler l'activité.



3000, rue Beaubien Est, Montréal (Québec) H1Y 1H2
Téléphone : **514 596-4567** I Télécopieur : 514 596-4567
Courriel : **crep@csdm.qc.ca**

www.icilecrep.qc.ca





Hiver / Printemps 2014

ACTIVITÉS D'ÉDUCATION POPULAIRE CREP JOUR I SOIR

Le Centre de ressources éducatives et pédagogiques (CREP) est un centre d'éducation des adultes de la Commission scolaire de Montréal (CSDM)



PROGRAMMATION HIVER / PRINTEMPS 2014

ATELIERS



APPRIVOISEZ L'UNIVERS DES TECHNOLOGIES

Profitez d'une approche originale, apportez votre projet personnel, développez votre autonomie. **(Sessions hiver et printemps)**

- Lundi 13 h 30 - 16 h 45 / 18 h - 21 h 15
- Mardi 9 h - 12 h 15
- Mercredi 13 h 30 - 16 h 45



BEAUTÉS NATURELLES DU MONDE

Parcourez le monde en images pour admirer des phénomènes naturels et les forces qui les ont crées. **(Session hiver)**

- Mercredi 18 h 30 - 21 h 15



CUISINES DU MONDE

Parcourez le monde en cuisinant et en dégustant des recettes de différents pays. **(Sessions hiver et printemps)**

- Lundi 18 h - 21 h 15



BIEN ÊTRE DE A À ZEN

Apprenez à relâcher la tension et le stress à l'aide de techniques de relaxation simples que vous pouvez utiliser seul et partout. **(Session hiver)**

- Mardi 13 h 30 - 16 h 45

PROGRAMMATION HIVER / PRINTEMPS 2014

ATELIERS



LE QUÉBEC EN 5 SEMAINES

Parcourez et explorez le Québec. Voyagez en images pour admirer les beautés insoupçonnées de ce territoire immense qui fait rêver. **(Session printemps)**

- Jeudi 9 h - 12 h 15



GYM CERVEAU

Apprendre à apprécier ses ressources intellectuelles tout en s'acceptant dans ses limites. Aiguiser ses facultés intellectuelles et sa mémoire par une série d'exercices. **(Session printemps)**

- Mardi 13 h 30 - 16 h 45

DÉJEUNERS - CAUSERIES

Du café et des viennoiseries seront offerts.

PARENT : MODE D'EMPLOI

Conservez ou retrouvez le plaisir d'être un parent solide, aimant et attentif.

- Lundi 24 février 9 h - 11 h 30

À VOTRE SANTÉ !

Prenez en main votre santé en découvrant les trucs et astuces d'une alimentation saine et équilibrée pour ainsi retrouver vos énergies.

- Lundi 14 avril 9 h - 11 h 30

DÉJEUNER CRÉATIF

Prenez un moment de plaisir à découvrir de nouvelles facettes de vous par l'expérimentation de techniques simples inspirées des arts visuels. Votre créativité vous surprendra.

- Jeudi 27 mars 9 h - 11 h 30

BEAUTÉS NATURELLES DU MONDE

Voyagez en images aux quatre coins de la planète pour en admirer les beautés les plus spectaculaires.

- Jeudi 15 mai 9 h - 11 h 30